





Fysioterapia-lehti haluaa tuoda toimintakyvyn arvioimista näkyväksi ja edistää aiheesta käytävää keskustelua. Tämä artikkeli aloittaa uuden, toimintakykyä käsittelevän juttusarjan. Sarja tehdään yhteistyössä Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitoksen THL:n sekä Toimintakyvyn mittaamisen ja arvioinnin kansallisen asiantuntijaverkoston TOIMIAN kanssa. Se on samalla lehden tapa juhlistaa 75-vuotiasta liittoa ja 65 vuotta täyttävää lehteä.

Aa



Mari Laine

ft, vapaa toimittaja
mari.j.laine@gmail.com

Miten toimintakykyä mitataan?

Toimintakyvyn arvioinnin tulee olla yhdenmukaista, luotettavaa ja vertailukelpoista, korostaa THL:n erikoistutkija [Heli Valkeinen](#). Artikkelin on laajan, toimintakykyä käsittelevän juttusarjan ensimmäinen osa. ▶

Toimintakyvyn arviointi on tärkeä osa fysioterapeuttien sekä muiden sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten päivittäistä työtä. Sen perusteella määritellään asiakkaalle tarpeellinen hoito tai kuntoutus.

Myös lainsäädännössä edellytetään toimintakyvyn arviointia palveluiden tai etuuksien saamiseksi. THL:n mukaan ”on selvää, että arvioinnin on oltava pätevää ja luotettavaa”.

Yhtenäinen ja päteviin arviointimenetelmiin perustuva toimintakyvyn mittaaminen on keskeistä asiakkaiden yhdenvertaisuudelle, sanoo THL:n erikoistutkija Heli Valkeinen.

– Toimintakyky on usein pohjalla esimerkiksi etuus- ja kuntoutuspäätöksissä. Asiakkaiden tulee olla yhdenvertaisessa asemassa eri puolilla maata.

Arviointikäytäntöjen yhdenmukaisuus tarjoaa fysioterapeuteille myös mahdollisuuden tulosten vertailuun ja työn kehittämiseen.

– Miksi toisaalla saadaan kuntoutuksella eri tuloksia kuin meillä?, Valkeinen havainnollistaa.

Mittauskäytännöt syyniin

Valkeinen työskentelee toimintakyvyn arviointiin ja mittaamiseen keskittyvän TOIMIA-verkoston koordinaattorina. TOIMIA-hanke käynnistettiin vuonna 2007 sosiaali- ja terveysalan toimijoiden yhteishankkeena. Mukana olivat Kela, Kuntaliitto, Kuntien Eläkevakuutus, sosiaali- ja terveysministeriö, THL (silloinen Kansanterveyslaitos) ja Työterveyslaitos.

Kaikki toimijat olivat tunnistanee saman ongelman: Toimintakyvyn mittaamisessa käytettiin hyvin kirjavia käytäntöjä eikä käytettyjen mittareiden soveltuvuu-



TOIMIA

TOIMIA-tietokanta on kaikille avoin työväline toimintakyvyn mittaamiseen ja arviointiin. Tietokannassa julkaistujen suositusten ja mittarien validiteettia, reliabiliteettia ja käytettävyyttä on arvioitu systemaattisesti. www.toimia.fi

desta tai pätevydestä juuri kyseiseen tarkoitukseen ollut aina tietoa. Tästä johtuen myös tulosten vertailtavuus oli huono.

TOIMIA-tietokanta näki päivänvalon neljä vuotta myöhemmin, ja tänä päivänä tietokannasta löytyy toimintakyvyn arviointiin yli sata mittaria käyttöohjeineen. Lisäksi tietokannassa julkaistaan asiantuntijoiden laatimia suosituksia useisiin erilaisiin käyttötarkoituksiin ja tilanteisiin, kuten työkyvyn heikkenemisen varhaiseen tunnistamiseen tai iäkkäiden toimintakyvyn mittaamiseen palvelutarpeen arvioinnin yhteydessä.

Valkeisen mukaan TOIMIA-verkosto sekä sen asiantuntijoiden tekemät mittariarvioinnit ja suositukset ovat lisänneet tietoa toimintakyvyn mittaamisesta, mikä on mahdollisesti myös yhtenäistänyt mittauskäytäntöjä. Kirjavyttaa on silti edelleen liikaa, Valkeinen sanoo.

TOIMIA-verkosto pyrkii osaltaan yhdenmukaistamaan käytäntöjä, mutta työ on haastavaa. Toimijoita on paljon niin yksityisellä puolella kuin perus- ja erikoissairaanhoidossakin.

– Käytäntöjen yhtenäistyminen ei onnistu yhden eikä kahdenkaan toimijan tekemänä, vaan siihen tarvitaan kaikkien tahtoa ja panosta, Valkeinen korostaa.

Lisäksi hän huomauttaa, että kyse ei ole vain eri toimijoiden välisistä eroavaisuuksista. Myös jokaisen työpaikan sisäiset käytännöt on syytä tarkistaa. ▶

Toimintakyvyn mittaajan muistilista

Tee toimintakyvyn arviointi tarkoituksenmukaisesti ja riittävän laaja-alaisesti.

- Varmista, että käytössäsi on käyttötarkoitukseen sopivat, pätevät ja luotettavat mittarit (esim. TOIMIA-tietokanta).
- Huomioi asiakkaan näkökulma (itsearviointi).
- Käytä valmiita toimintakykymittareita, älä kehitä omaa mittaria.
- Hallitse arviointivälineen käyttö ja tulosten tulkinta.
- Kirjaa tulokset huolellisesti.
- Aseta tavoitteet tulosten perusteella, suunnittele tarvittavat toimenpiteet ja seuraa niiden vaikutuksia.

Yhtenäinen ja päteviin arviointimenetelmiin perustuva toimintakyvyn mittaaminen on keskeistä asiakkaan yhdenvertaisuudelle.



KUVA ADOBESTOCK



Toimintakykymittareilla pyritään arvioimaan henkilön toimintakykyä jonkin ICF-luokituksen osa-alueen - tai useamman - osalta.

– Käyttävätkö kaikki saman työyksikön työntekijät samoja mittareita, ja jos, niin mitä? Ja vaikka käytössä olisivatkin samat mittarit, käytetäänkö niitä samalla tavalla eli jokainen osaa käyttää niitä oikein eikä sooloile omilla ”mukautetuilla” käytännöillä?

Mittaaminen alkaa suunnittelusta

Valkeinen korostaa, että laadukkaan mittaamisen prosessi alkaa suunnittelusta.

– Mittaajan pitää tietää, mitä hän haluaa mitata ja miksi. Sen jälkeen valitaan mittari, joka kykenee mitta-

maan tätä haluttua asiaa. Jos nämä perusasiat eivät ole kunnossa, mittaamisella ei ole merkitystä eikä saatuja tuloksia voida hyödyntää oikein.

Toimintakykymittaria valitessa tulee ensin tarkistaa, millaiset ovat sen mittaussominaisuudet ja mihin käyttö-tarkoitukseen se sopii, Valkeinen havainnollistaa. Vasta sen jälkeen arvioidaan, sopiiko mittari siihen tilanteeseen, jossa sitä on suunnitellut käyttävänsä.

Mittarin ominaisuuksiin perehtymisessä auttaa TOIMIA-tietokanta, jos mittari on siellä arvioituna.

TOIMIA-tietokannassa on laadittu arvio kunkin mittarin soveltuvuudesta tiettyyn käyttötarkoitukseen. Soveltuvuutta myös havainnollistetaan visuaalisesti liikennevalojen avulla. Vihreä väri kertoo siitä, että mittari soveltuu käyttötarkoitukseen hyvin, keltaiseen tulee suhtautua varauksella. Punaista valoa näytettäisiin, jos mittari ei soveltuisi kyseiseen tarkoitukseen.

Värijaottelu pohjautuu tutkimustietoon, eikä valoja myönnetä kevein perustein. Jokaisen mittarin kohdalla arvioidaan muun muassa, kuinka paljon sen mittaussominaisuuksia on tieteellisesti tutkittu, Valkeinen kertoo.

– Liikennevalosuositus pätee vain tässä erikseen mainitussa käyttötilanteessa.

”TOIMIA-verkosto on lisännyt tietoa toimintakyvyn mittaamisesta, mutta kirjavuutta on edelleen liikaa”

HELI VALKEINEN



Tietokannassa voi olla samalle mittarille soveltuvuusarvioita moneen eri tarkoitukseen. Esimerkiksi väestötutkimuksissa Mini Mental State -asteikko saa keltaisen ja iäkkään palveluntarpeen arvioinnissa vihreän valon.

Esimerkiksi 6 minuutin kävelytestin soveltuvuudelle MS-tauti- ja AVH-potilaiden kävelymatkan arvioimiseen on TOIMIAssa annettu vihreä valo.

– Mittari voi soveltua muihinkin tilanteisiin, mutta niitä kaikkia ei ole vielä arvioitu ja sen vuoksi käyttäjän on tärkeää lukea soveltuvuusarviot huolellisesti, Valkeinen sanoo.

Tietokannassa voi olla samalle mittarille myös soveltuvuusarvioita moneen eri tarkoitukseen. Näin on esimerkiksi Mini Mental State -asteikon kohdalla. Väestötutkimuksissa käytettynä mittarin soveltuvuudelle on annettu keltainen valo, iäkkään henkilön palveluntarpeen arviointiin vihreä valo.

Laadukkaan mittaamisen prosessi päättyy Valkeisen mukaan siihen, että tuloksia osataan tulkita sekä tehdä niiden pohjalta esimerkiksi hoitoon ja kuntoutukseen vaikuttavia päätöksiä.

Itsearviointia ei tule unohtaa

Toimintakykymittareilla pyritään arvioimaan potilaan toimintakykyä jonkin ICF-luokituksen osa-alueen – tai useamman – osalta. Jos asiakkaan sairaus tai vamma on tiedossa, ICF-ydinlistat auttavat arvioimaan juuri kysei-

seen sairauteen tai vammaan liittyviä tekijöitä. Ydinlistat mahdollistavat Valkeisen mukaan silti edelleen hyvin heterogeenisen mittaamisen, koska niissä ei ole määritelty, millä mittarilla tai menetelmällä kyseiset tekijät olisi arvioitava.

Valkeinen korostaa, että varsinaisten mittausten ohella on tärkeää antaa tilaa asiakkaan omille kokemuksille.

– On tärkeää, että asiakas saa itse arvioida omaa tilannettaan.

Valkeinen antaa esimerkin: Vastaanotolle saapuu kaksi asiakasta, joista kummallakin on nivelreuma. ►

Toimintakykymittausten vertailu on vaikeaa, koska tieto aiemmista mittauksista ei välttämättä välity eteenpäin.



Pelkkä testi tai diagnoosi ei kerro kaikkea vaan myös asiakkaan oma arvio toimintakyvystään on tärkeä.

KUVA: ADOBESTOCK

Heidän käsityksensä omasta toimintakyvystään voivat olla keskenään hyvinkin erilaiset, vaikka molemmilla on sama diagnoosi. ICF-viitekehyksen eri osa-alueet saattavat myös saada näillä asiakkailla hyvinkin erilaisia painotuksia. Yhdelle eniten arjen haasteita voi aiheuttaa työssä pärjääminen, toiselle kivusta johtuva unettomuus, kolmannelle vaikeus osallistua mielekkäisiin harrastuksiin.

– Pelkkä testi tai diagnoosi ei kerro kaikkea vaan myös asiakkaan oma arvio toimintakyvystään on tärkeä. Sen esille saamiseen tulisi myös käyttää hyviä ja luotettavia itsearviointimenetelmiä, Valkeinen sanoo.

Mittaaminen sähköistyy ja rakenteistuu

Toimintakykymittausten vertailu ja hyödyntäminen laajemmin esimerkiksi yksiköiden tai organisaatioiden välillä on haasteellista, koska käytössä on useita erilaisia potilastietojärjestelmiä. Lisäksi kirjaaminen on kirjavaa. Fysioterapeuteille pulmallista on esimerkiksi se, että tieto aiemmista toimintakykymittauksista ei välttämättä välity eteenpäin.

– Mittauksia tehdään tällä hetkellä osittain ihan turhaan, koska toisaalla juuri tehdyn mittauksen tulokset eivät välttämättä näy potilaan seuraavassa hoitopaikassa. Sitten tehdään uusi mittaus, ja ehkä jopa eri mittarilla kuin ensimmäinen, Valkeinen sanoo.

Hän korostaa, että saman asian toistuva mittaminen ja tiedon siirtymisen ongelmat vaikeuttavat työn kehittämistä. Samalla hoidon tulosten ja asiakkaan kokonaistilanteen seuranta heikkenee.

– Jos haluaisi koota tietoa asiakkaan toimintakyvystä, nyt on luettava erikseen kaikki yksittäiset kirjaukset ja esimerkiksi se, mitä mittareita on käytetty, Valkeinen sanoo.

– Kokonaiskuvan saaminen on haasteellista ja aikaa vievää.

Mittarin kehittäminen vaatii aikaa ja osaamista

THL:n erikoistutkija **Heli Valkeinen** pitää valitettavana, että työpaikoilla käytetään toimintakyvyn arvioinnissa edelleen myös itse kehitettyjä mittareita tai testistöjä.

Valkeisen mukaan itse kehitettyjen mittarien suurin ongelma on laadukkaan kehittämisprosessin puuttuminen. Kokonaan oma lukunsa on se, että tällaisista mittauksista saatujen tulosten laajempi vertailukelpoisuus on olematonta. Valkeinen nostaa esimerkiksi elämänlaatua mittaavan kyselyn laatimisen.

– Mitä elämänlaatu kenenkin mielestä on? Eihän meillä välttämät-

tä ole siitä edes yhteneväistä käsitystä. Jos lähtisimme kukin laatimaan lomaketta, jossa olisi 10 elämänlaatua mittaavaa kysymystä, meillä kaikilla olisi todennäköisesti vähän erilaiset kysymykset. Myös vastausvaihtoehtojen muotoilu ja pisteiden laskeminen saattaisivat erota. Kuinka silloin saatuja tuloksia tulkitaan?

– Jos lomaketta ei testata huolella, niin saattaa olla, että esimerkiksi kaikkiin kysymyksiin ei tule vastauksia. Tällöin joko kysymyksen tai vastausvaihtoehtojen valinnassa tai muotoilussa on selkeitä ongelmia. Tällaisilla lomakkeilla saadaan

siis vääristyneitä tuloksia, Valkeinen sanoo.

Laadukkaan mittarin kehittämisen vaatii paljon aikaa ja osaamista.

– Voi mennä 5–10 vuotta, että syntyy hyvä mittari, eli mittari, jonka validiteetti ja reliabiliteetti ovat kunnossa. ■

Toimintakykymittarien kehittämisestä voit lukea lisää THL:n artikkelista "Älä kehitä omaa toimintakykymittaria" osoitteessa thl.fi/toimintakyky

Muutoksia on kuitenkin tulossa. THL on julkaissut toimintakykytietomallin, jonka avulla toimintakykyyn liittyvää tietoa voidaan jatkossa kirjata sähköisiin järjestelmiin rakenteisella tavalla. Potilas- ja asiakastietojärjestelmien toimittajille valmistellaan parhaillaan vaatimusmäärittelyitä tietomallin käyttöliittymäsuunnittelua varten. Kun tietomalli on saatavilla tietojärjestelmissä, se tulee mahdollistamaan rakenteisen kirjaamisen, Valkeinen kertoo.

– Samalla malli helpottaa toimintakykytiedon löytämistä, koostamista, raportointia ja tilastointia sosiaali- ja terveysalalla. ■

Aiheesta voi lukea lisää THL:n sivuilta: <https://thl.fi/fi/web/toimintakyky/toimintakyvyn-arviointi/toimintakykytietojarjestelmissa>

Lukijoilla on mahdollisuus esittää toiveita juttusarjassa käsiteltävistä aiheista osoitteessa WWW.SUOMENFYSIO-TERAPEUTIT.FI/TOIMINTAKYKY. Samaan paikkaan voit myös kirjata kysymyksiä jo käsitellystä aiheesta. Toiminnot edellyttävät, että olet kirjautunut verkkosivuille jäsentunnuksillasi. Poimimme kysymysten joukosta ne, joiden arvioimme palvelevan lukijoita parhaiten, ja etsimme niihin vastauksia. Vastaukset julkaistaan myöhemmin joko liiton verkkosivuilla tai Fysioterapia-lehdessä.

KUVA MOSTPHOTO

